

A photograph of a middle-aged man with dark, curly hair and glasses, wearing a grey V-neck sweater over a blue patterned shirt. He is looking out of a window with a black metal grille, his hands resting on the windowsill. The background is a bright, slightly overexposed outdoor scene.

Duurzaam veranderen

De waarde van stilteretraites zijn inmiddels breed ‘ontdekt’. De hectiek van daily life business heeft bij velen de behoefte opgeroepen om de ratrace even te kunnen ontvluchten en op adem te komen. Zo’n adempauze loopt echter wel het gevaar een tijdelijke ‘symptoombestrijding’ te worden. Kan het ook anders? Kan een stilte weekend een duurzaam effect teweeg brengen? Koos Mink van Mink Advies: “Zeker wel! Ik zie dat juist heel vaak gebeuren in de stilte weekenden voor mannen. Ik heb er nu achttien jaar ervaring mee. Als stilte leidt tot luisteren naar Gods stem, verandert je leven echt structureel.”

TEKST: GERARD M. BIJKERK
FOTOGRAFIE: DÉSIRÉE STOLKER



“Eigenlijk is mijn eigen leven een duidelijk voorbeeld van een duurzame verandering. In 1998 las ik in een voor mij heel drukke tijd een krantenartikel over een stilteweekend. Ik wist gelijk ‘Dat heb ik nodig, dat ga ik doen’ en melde mij aan. Het werd gedaan vanuit de doelstelling van de Navigators, die naadloos aansluit bij die van CBMC. Ernst Haagman leidde dat weekend en ik was overdonderd door het effect dat het op mij had. Ik werd echt ‘stilgezet’, maar ook geestelijk gevoed door wat er gezegd werd om te overdenken. Dat kreeg een enorme impact op mij. Voormalig directeur Jan Suk van CBMC zag dat en stelde voor dat ik zulke weekenden voor CBMC zou gaan doen. Dat werd bevestigd door een diep verlangen zelf verder te groeien in geloof en vertrouwen als basis voor mijn drukke leven.”



De wissel van je leven kan om

“Zo’n weekend kan veel betekenen in het vinden van een nieuw spoor voor je leven. Van Ernst leerde ik erg veel over het ontmoeten van God in de stilte en het luisteren naar Zijn stem. Dat zijn lessen die zo fundamenteel zijn voor je geestelijk leven. Delen en thema’s van die studies benut ik momenteel nog steeds voor de deelnemers van weekenden van nu. Ze zijn helpend om de wissel van je leven om te buigen van een ‘geleefd worden door omstandigheden’ naar een leven in overgave aan God en het vertrouwen op Hem. Die wissel kan om. Maar je hebt aandacht, handreikingen en stilte nodig om te weten wat dat is en hoe dat voelt. Als je daaraan toekomt, is het er ook naderhand, ook buiten de weekenden. Ook als je in daily life weer onder grote druk komt te staan. Ook dan komt het eruit wat je hebt meegekregen.”

Welke les is voor jou cruciaal geweest?

“Een grote les die voor mij de weg naar veel andere lessen heeft geopend, is dat God vandaag de dag nog precies zo spreekt als in de Bijbel. God is niet veranderd. God is Dezelfde. Ook in Zijn spreken. Als je daarnaar verlangt, begint het vaak met verlangend gebed. Hij verhoort graag ons verlangen naar intimiteit met Hem en naar Zijn stem. Dat is echter wel een les die lang niet altijd in de kerken onderwezen wordt, terwijl die zo cruciaal is. Het is voor mannen, die soms al lang geloven, een enorm belangrijke aanvulling op hun geloof dat je kunt leren luisteren naar Gods stem. Hoe? Doordat je, meestal mediterend over wat je leest in de Bijbel of in gesprek met Hem, aangesproken wordt. Zelden hardop door een hoorbare stem, maar vaak wel door een

ingeping die van God komt. Als je daar niet mee bekend bent, kun je twijfelen of het komt van een ingeping vanuit je eigen geest. Maar als je dicht bij God leeft dan ben je met Hem verbonden. Dan ga je zo’n ingeping toetsen aan de Bijbel en bespreek je dat met God om er helderheid over te krijgen.”

Kun je daar een voorbeeld van noemen uit je eigen leven?

“Voorbeelden daarvan zijn er vele. Ik zal een belangrijk voorbeeld geven van het leren luisteren naar Gods stem, omdat het een opdracht van God betrof. Ik kreeg die en het bracht mij in verlegenheid en gaf mij schroom om die uit te voeren. Ik was alleen naar een stilteweekend gegaan en ontmoette iemand die al jarenlang een serieus gelovige was. Maar toch kreeg ik in dat weekend het op mijn hart om met hem te spreken over bidden, omdat hij daar zo veel moeite mee had en ook kampte met moeiten. Dat leek mij onwaarschijnlijk, omdat hij zo’n oprecht christen was. Ik vroeg het aan God en het liet mij die hele dag niet los. Ik was in tweestrijd of ik dat wel moest doen. Maar de aansporing bleef. Dan zoek je bevestiging in Woord en gebed. Na veel worstelen gaf ik, overtuigd van Gods wil, gehoor en zocht ik die man op. Die moeite met bidden bleek te kloppen. We spraken erover en baden ervoor. Dat hielp de man en kreeg vervolg. Daardoor is hij later nog meer tot zegen van anderen geworden. Dat weet ik, omdat we als vrienden contact zijn blijven houden. Toen ik thuis kwam van dat stilteweekend, lag er op de mat een kaart van een evangelist, die daarna teruggevologen was naar India. Ik had hem de hele week vóór het klooster begeleid in Nederland als vertaler en vervoerder. Op die kaart stond Jesaja 50: 4, 5. Benieuwd naar wat daar staat, las ik: ‘De Here Here heeft mij als een leerling leren spreken om met het woord de moede te kunnen ondersteunen. Hij wekt elke morgen, Hij wekt mij het oor, opdat ik hore zoals leerlingen doen. De Here Here heeft mij het oor geopend en ik ben niet weerspanning geweest, ik ben niet teruggedeind.’ Precies wat er in het weekend was gebeurd. Dit gaf mij een geweldige bemoediging. God had tot mij gesproken! Zo duidelijk was de bevestiging. En dit is niet de enige keer.”

Hoe krijg je zo’n vertrouwelijke relatie met God?

“Het begint met het verlangen en de overtuiging dat God als levende God zo dichtbij komt in ons leven dat er een vertrouwelijke relatie mogelijk is. Zodat je Hem vragen kunt stellen en Hij je antwoord geeft. Dat is iets dat met je meegaat, waar je ook bent. Dat hij zo veel om je geeft dat Hij je elk moment van de dag ziet, helpen wil

en er voor je wil zijn. Maar om dat te ervaren is wel stilte nodig van jouw kant om er op afgestemd te zijn. Die afstemming zorgt voor een intimiteit die je rust geeft. Psalm 62 vers 6 zegt: ‘Zoek rust mijn ziel, bij God alleen; van Hem blijf ik alles verwachten’. En vers 9: ‘Stort uw hart uit voor zijn aangezicht; God is ons een schuilplaats’. Een diep besef van Gods goedheid voor jou in de situatie waarin jij op dat moment zit. Ook in het zaken-doen. Dat verandert alles.”

Wat kan je helpen bewust te zijn van Gods aanwezigheid?

“Muziek luisteren waarin God vereerd en aanbeden wordt, kan je helpen. Om het simpele feit dat God zelf dat zegt. Hij troont op de lofzangen van Israël. Hij is daar. Bovendien opent aanbidding jouw hart voor God. Het is een sleutel om Hem te kunnen horen. Psalm 50 vers 14 en 23 geven dat aan: ‘Breng God een dankoffer en doe wat je de Allerhoogste belooft. Roep Mij te hulp in tijden van nood en Ik zal je redden en je zult Mij eren. Wie lof offert, eert Mij en baant de weg, dat Ik hem Gods heil doe zien.”



*‘Een diep besef van
Gods goedheid voor jou in de
situatie waarin jij op dat moment zit.
Ook in het zakendoen.’*

Hoe geef je dat mee in zo'n stilteweekend?

"Ieder kan het stilteweekend invullen zoals hij dat wil. Dat geeft ruimte om naast de maaltijden in alle vrijheid naar buiten te gaan, te lezen, te slapen of muziek te luisteren zoals je maar kiest. Je kunt ook met de zusters van het klooster in Megen, waar we verblijven, de gebedstijden meebidden. Op de avonden zijn er voor de deelnemers eigen bijeenkomsten waarvoor iedereen is uitgenodigd. Daar is muziek van aanbidding, zoals 'Behold' van Hillsong (zie onder). Ook geef ik graag beloften mee uit God Zijn woord om daarover te kunnen mediteren. Dat klinkt voor sommigen vreemd, alsof mediteren iets is van oosterse godsdiensten. Maar dat is iets heel anders. Daar is mediteren erop gericht om 'leeg' te worden. Christelijk mediteren is gelovig met Gods Woord bezig zijn om juist gevuld te worden met wat God geeft. 'Overpeinzen', zegt Psalm 1. Op die manier Gods beloften je eigen maken, vult je met besef van Gods goedheid voor jou. Dat motiveert mij deze weekenden te houden. God geeft je vreugde!"



STILTEWEEKEINDEN MANNEN

11 | 12 | 13 oktober 2019

13 | 14 | 15 december 2019

STILTEWEEKEINDEN VROUWEN

22 | 23 | 24 november 2019

www.cbmc.nl/stilteweekenden

Liedtekst Behold van Hillsong

Behold the Father's heart
The mystery He lavishes on us
As deep cries out to deep
Oh how desperately He wants us
The things of earth stand next to Him
Like a candle to the sun
Unfailing Father
What compares to His Great love

Behold His holy Son
The Lion and the Lamb given to us
The Word became a man
That my soul should know its Saviour
Forsaken for the sake of all mankind
Salvation is in His blood
Jesus Messiah
The righteous died for love
It wasn't over
For He is the risen One

Chorus

Then sings my soul
Then sings my soul
How great Your Love is
How great Your Love is

Behold I have a friend
The Spirit breathing holy fire within
My ever present help
Speaking truth when I can't find it
Light up this broken heart
And light my way
Until my time on earth is done
Oh Holy Spirit
Breathe in me like kingdom come
Oh Holy Spirit
Let Your work in me be done

Then sings my soul my God
He who was and is to come
Prepare the way
Until the work on earth is done
Watch as the clouds He rides swing low
Lift up the sound
As He makes our praise His throne
Behold the Lord our God will lead us home